Postul şi rolul lui în viaţa credincioşilor

Sensul spiritual al postului in viata crestina si timpul nostru

Precum bine se stie, postul este retinerea totala sau partiala de la anumite alimente si bauturi, pe un timp mai lung sau mai scurt, in scop religios-moral. Aceasta retinere de la mancari si bauturi trebuie insa insotita si de retinerea de la ganduri, pofte, patimi si fapte rele, ceea ce inseamna ca postul trupesc trebuie sa fie insotit de post sufletesc. Postul este de origine si instituire divina, de aceea il gasim practicat din vremuri stravechi, intalnindu-l aproape in toate religiile si la toate popoarele. Dupa unii Sfinti Parinti ca: Vaisile cel Mare, Ioan Gura de Aur si altii, el isi are originea in rai, prin interzicerea data de Dumnezeu protoparintilor nostri de a manca din pomul oprit. Postul a fost practicat de evrei in Vechiul Testamment, fiind cerut si de Legea lui Moise (Deut. IX, 10; Lev. XVI, 29-31; Jud. XX, 26; I Regi VII, 6; Is. LVIII, 6; Ioil II, 15; Iona III, 5-8). Dupa exemplul Vechiului Testament, inainte de a-si incepe activitatea, Mantuitorul Hristos s-a retras in pustie, unde a postit 40 de zile si 40 de nopti (Matei IV, 2; Luca IV, 2), sanctionand astfel postul prin insusi exemplul Sau si desavarsindu-l prin aratarea sensului sau adevarat, ca si a modului in care trebuie sa fie practicat (Matei VI, 16-18), de asemenea recomandandu-l, alaturi de rugaciune, drept mijlocul cel mai eficace de a izgoni diavolii (Matei XVII, 21; Marcu IX, 29). Sfintii Apostoli si ucenicii lor au continuat practica postului dupa exemplul Mantuitorului, pregatindu-se totdeauna pentru misiuni importante prin post si rugaciune (Fapte XIII, 3; XIV, 23) de asemenea au recomandat crestinilor practica postului ca obligatie generala (Can. 66 si 69 apost.; Const. Apost. V, 15; Marturiile lui Herma, Iustin Martirul, Policarp, Varnava si Clement Romanul). Sfintii Parinti din veacurile

urmatoare au practicat si recomandat postul, subliniind valoarea deosebita a acestuia, iar prin hotararile unor Sinoade ecumenice si particulare, ca si prin canoanele unor Sfinti Parinti, postul a fost institutionalizat (can. 66 si 69 apost.; 89 sin VI ecum.; 49, 50, 51 si 52 Laodiceea; 1 Dionisie al Alexandriei; 15 Petru al Alexandriei; 8 si 10 Timotei al Alexandriei, s.a.). Dintre Sfintii Parinti care au subliniat in mod deosebit importanta postului amintim pe: Irineu, Ieronim, Augustin, Epifaniu, Petru al Alexandriei, Vasile cel Mare, Atanasie cel Mare, Grigorie Teologul, Grigorie de Nisa, Timotei si Teofil ai Alexandriei, Ioan Gura de Aur, Nichifor Marturisitorul, Maxim Marturisitorul, Ioan Damaschin si altii. Ei nu uita insa sa accentueze ca postul trupesc fara cel sufletesc este lipsit de orice valoare morala. La inceput n-au existat prescriptii precise si obligatorii cu privire la timpul, durata si severitatea postului, dar cu vremea, autoritatea bisericeasca a stabilit prescriptii si norme care reglementau timpul, durata si modul de a posti. Despre acestea avem dovezi mai multe din veacul al IV-lea. Dar unele existau de mai inainte. Conform Didahiei, zile de post pentru toti crestinii sunt miercurile si vinerile, iar canoanele 66 si 69 apostolice, Didascalia (cap. 21) si Constitutiile Apostolice (5, 13 si 15 alaturi de 7, 22 si 23) prescriu postul inainte de hirotonie, de botez si de impartasanie, inainte de Pasti si in zilele de miercuri si vineri. Dar nu in toate Bisericile postul era la fel de lung si de aspru. Calugarita spaniola Etheria noteaza in jurnalul ei (care dateaza din ultimul deceniu al veacului IV) ca in acea vreme, la Ierusalim, postul dinaintea Invierii Domnului (Postul Pastilor) era lasat la libera vointa a crestinilor, durata si asprimea lui nefiind stabilita in acea vreme. Cu timpul insa, dispozitiile bisericesti care reglementau disciplina postului s-au inmultit, oficializindu-se prin canoanele unor Sinoade ecumenice si particulare, sau ale unor Sfinti Parinti, uniformizindu-se si generalizandu-se

intre veacurile VII-IX in intreaga Biserica Ortodoxa. Cu privire la timpurile si durata postului, aceste dispozitii prevad urmatoarele: 1. Toate miercurile si vinerile de peste an, vechimea postului in aceste zile fiind testata de marturii din veacurile I-III (Didahia; Pastorul lui Herma; Tertulian; Origen, Clement Alexandrinul, s.a.) exceptie facand cele in care este dezlegare (harti) si anume: miercurea si vinerea din saptamana luminata; miercurea si vinerea din saptamana de dupa Rusalii; miercurile si vinerile dintre Nasterea Domnului si Botezul Domnului; miercurea si vinerea din saptamana Vamesului si Fariseului; miercurea si vinerea din saptamana branzei, in care se dezleaga la lapte, branza si oua. Regimul postului in zilele de miercuri si vineri e mai usor decat cel al Postului Patruzecimii. 2. Ajunari (posturi) de o zi pe an: Ajunul Botezului Domnului (5 ianuarie); Ajunarea din ziua taierii capului Sf. Ioan Botezatorul (29 august); Ajunarea din ziua Inaltarii Sfintei Cruci (14 septembrie). Aceste zile de post au un regim mai sever. Posturile de mai multe zile in decursul anului bisericesc sunt: 1. Postul Patruzecimii (al Paresimilor, al Pastilor). Dupa marturiile unor Sfinti Parinti, numele i s-a dat dupa postul de 40 de zile al Mantuitorului Iisus Hristos; tinut inainte de iesirea Sa la propovaduire. Despre acest post voresc: canonul 69 apostolic, canonul 50 al sinodului din Laodiceea, canonul 56 si 89 al sinodului trulan, precum si numerosi Sfinti Parinti si scriitori bisericesti. In privinta lungimii acestui post, la inceput el nu se tinea la fel peste tot: unii posteau o zi inainte de inviere, altii mai multe zile, pana la o saptamana. Din veacul IV avem dovezi ca acest post era de 40 de zile, iar apoi de 6 saptamani, pentru ca dupa aceea sa se fixeze la 7 saptamani (49 de zile), ultima saptamana, numita a Patimilor, fiind considerata ca un post deosebit, mai sever, legat de Pastele Rastignirii. Acest post a fost socotit totdeauna drept cel mai sever, de aceea indrumarile tipiconale - pe baza canonului 50 Laodiceea, 56 trulan si 40

al Sf. Nichifor Marturisitorul - prescriu cu privire la el urmatoarele: "in sfanta si marea Patruzecime, in ziua dintai a saptamanii dintai, adica luni, nicidecum nu se cuvine a manca, asisderea si marti. Iar miercuri dupa savarsirea dumnezeiestii Liturghii a celor mai inainte sfintite, mancam paine calda si se da si apa calda cu mied. Iar cei ce nu pot sa pazeasca cele doua zile dintai, mananca si beau apa marti, dupa vecernie, asisderea si batranii. Sambetele si duminicile dezlegam numai la untdelemn si vin. Iar in celelalte saptamani ajunam pana seara cinci zile, mancand mancare uscata, afara de sambata si duminica. Peste in sfanta si marea Patruzecime nu mancam, afara de sarbatoarea Buneivestiri a Prea Sfintei Nascatoare de Dumnezeu si de Duminica stalparilor." Postul din ultima saptamana (a Patimilor) este cel mai aspru. Constitutiile Apostolice prescriu pentru aceasta saptamana urmatoarele: "In zilele Pastelor (adica in saptamana Patimilor) ajunati, incepand de luni pana vineri si sambata, sase zile, mancand numai paine, sare, fructe uscate si band numai apa si va abtineti atunci de vin si de carne (de peste), caci acestea sunt zile de intristare si nu zile festive. Si anume vinerea si sambata, cei ce pot sa nu guste nimic pana la cantarea de noapte a cocosului. Cine insa din cauza slabiciunii nu poate ajuna amandoua zilele, sa ajune cel putin sambata". Postul Patruzecimii a fost privit totdeauna drept cel mai insemnat dintre toate posturile si cel mai potrivit pentru primirea de catre credinciosi a Sfintelor Taine a Pocaintei si Euharistiei, fiind cel mai nimerit prilej de curatire de pacate, rugaciune si fapte de milostenie. Canonul 69 apostolic osandea cu caterisirea pe slujitorii Bisericii, iar pe laici cu excomunicarea, daca nu respectau Paresimile, asemenea miercurile si vinerile, admitand exceptii numai in caz de boala. Si porunca a IV-a bisericeasca considera acest post drept cel mai potrivit pentru implinirea obligatiei minimale a crestinilor, de marturisire a pacatelor. 2. Postul Sfintilor Apostoli. Potrivit

Constitutiilor Apostolice, acest post a fost randuit de Biserica in amintirea Sfintilor Apostoli si indeosebi a Sf. Apostoli Petru si Pavel. Despre el stim din veacul IV. El tine de la Duminica I-a dupa Pogorarea Duhului Sfant (Duminica tuturor sfintilor) si pana in ziua sarbatorii Sf. Apostoli Petru si Pavel. El este mai usor decat cel al Paresimilor. 3. Postul Adormirii Maicii Domnului. Este cel mai nou dintre toate posturile, datand din veacul al V-lea. Durata lui de la 1 la 15 august s-a stabilit la un sinod din Constantinopol din 1166, tinand deci pana la sarbatoarea Adormirii Maicii Domnului. Acest post e mai usor decat al Patruzecimii, dar mai aspru decat al Nasterii Domnului si al Sfintilor Apostoli. La sarbatoarea Schimbarea la Fata (6 august) se dezleaga la untdelemn, peste si vin. 4. Postul Nasterii Domnului. Cele mai vechi marturii despre acest post le avem din veacurile IV-V, de la Fericitul Augustin si de la episcopul Romei Leon cel Mare. Daca la inceput durata lui nu era pretutindeni la fel, la acelasi sinod din Constantinopol de la 1166, tinut sub patriarhul Luca Hrisoverghi, durata lui s-a stabilit la 40 de zile, anume de la 15 noiembrie pana la 25 decembrie. Ultima lui zi, adica 24 decembrie, este zi de ajun (ajunul Craciunului). In privinta severitatii lor, locul intai il ocupa Postul Patruzecimii, dupa care urmeaza Postul Maicii Domnului; Postul Sf. Apostoli si al Nasterii Domnului sunt mai putin severe, fiind egale in aceasta privinta, in ele acordandu-se de mai multe ori dezlegare la untdelemn, vin si peste. Cu privire la gradul de severitate sau de asprime, se deosebesc mai multe feluri de post si anume: 1. Ajunare sau post total - consta din abtinerea de la orice mancare si bautura. 2. Post aspru (xirofagie) - adica mancare uscata: paine, seminte, fructe uscate si apa, o singura data pe zi, dupa ora 15. 3. Post comun sau obisnuit - se mananca mancaruri pregatite din alimente vegetale cu untdelemn, mancandu-se de mai multe ori pe zi si gustandu-se si putin vin (dupa unii vinul nu este

ingaduit). 4. Dezlegare de post sau post usor - se mananca peste si se bea vin. Pastrandu-i sensul adevarat, postul este un mijloc de stapanire si infranare a poftelor, de intarire a vointei, de inaltare a sufletului catre Dumnezeu, de sporire in virtute, de detasare a crestinului de orice pofte si placeri senzuale. Bineinteles insa ca la retinerea de bucate trebuie adaugata o continua straduinta de dominare a poftelor si patimilor, de o curatire a gandurilor si simtirii, asadar de o disciplinare a vietii sub toate aspectele ei. Adevaratul post este deci acela care imbina in mod fericit cele doua aspecte ale lui: aspectul trupesc si aspectul sufletesc, asadar cand retinerea de la bucate este impreuna cu retinerea de la pacate si cu efortul continuu spre virtute si progres duhovnicesc. Numerosi Sfinti Parinti insista asupra acestui fapt, subliniind ca postul trupesc fara cel sufletesc este lipsit de orice valoare morala. "Postul cel adevarat - spune Sf. Vasile cel Mare - consta in retinerea de la cele rele. Dezleaga toata legatura nedreptatii, iarta aproapelui tau vatamarile, daruieste lui datoriile. Tu nu mananci carne, dar mananci pe fratele tau. Tu te retii din vin, dar nu infranezi zburdarile trupului. Tu nu mananci pana seara, dar petreci ziua cu procese." (Despre post, 10). Acelasi lucru il arata o stihira a Triodului, din Postul Mare: "Sa postim post primit, bine placut lui Dumnezeu: postul cel adevarat este instrainarea de rautate, infranarea limbii, lepadarea maniei, departarea de pofte, de clevetire, de minciuna si de juramant mincinos. Lipsa acestora este postul cel adevarat si bine primit" (Triod, stihira I de la stihoavna Vecerniei de luni, intaia saptamana din post). Rezulta deci ca postul complet este cel ce uneste infranarea trupeasca cu cea spirituala, iar timpurile postului sunt perioade care ofera crestinului cele mai potrivite conditii, atmosfera si mijloacele de induhovnicire si imbunatatire morala. In legatura cu sensul si semnificatia postului, mentionam faptul ca literatura teologica romaneasca din a doua jumatate a veacului trecut, ca si cea

din veacul nostru si mai ales cea din ultimele decenii, insumeaza un mare numar de pagini referitoare la post si la sensul lui cel adevarat. In manuale de liturgica, pastorala, morala si drept bisericesc, in studii si articole, in pastorale chiriarhale, in nenumarate predici publicate in volume sau in revistele noastre bisericesti, se accentueaza importanta postului sufletesc, fara insa a se nesocoti valoarea postului trupesc. Luandu-se in considerare faptul nerespectarii disciplinei traditionale a postului in toate Bisericile Ortodoxe, prima Conferinta Panortodoxa de la Rodos - 1961 a inclus in lista temelor care urmeaza sa fie dezbatute in viitorul sinod al Bisericii Ortodoxe si problema privitoare la post in timpul nostru. A patra Conferinta Panortodoxa de la Chambesy (Elvetia), din 1968 a mentinut pe lista temelor viitorului sinod si pe aceasta. Comisia interortodoxa pregatitoare a Sfantului si Marelui Sinod a incredintat aceasta tema spre tratare Bisericii Ortodoxe Sarbe. In cadrul lucrarilor ei din 16-28 iulie 1971, Comisia a facut cateva precizari in legatura cu tema respectiva. Ea a constatat de la inceput ca institutia postului in sanul Bisericii a evoluat in ceea ce priveste durata, felul de a posti si hrana folosita in timpul postului. Totodata ea a constatat faptul ca desi exista deosebiri in materie de post intre Bisericile Ortodoxe (mai ales in legatura cu felul de a posti si cu hrana folosita), totusi acestea nu afecteaza nicidecum unitatea Bisericii si importanta postului in viata crestina. Pornind de la constatare ca cea mai mare parte a credinciosilor contemporani nu respecta toate prescriptiile privitoare la post din cauza conditiilor diferite ale vietii actuale in raport cu cele din trecut, Comisia propune ca postul sa devina mai putin aspru, iar durata lui sa fie mai scurta, intrucat o schimbare de acest fel nu contrazice principiile postului si nici nu pericliteaza mantuirea credinciosilor. Luandu-se in considerare raportul prezentat de Biserica Ortodoxa Sarba, ca si de comentariile Bisericilor din Cipru si Cehoslovacia, si

de discutiile ulterioare, Comisia interortodoxa a facut urmatoarele propuneri: 1. Toate prescriptiile privitoare la post, care sunt in prezent in vigoare, trebuie sa fie respectate intocmai de catre monahi si de catre toti acei clerici si credinciosi care doresc si sunt in stare sa le tina. 2. Pentru crestinii care intampina greutati in practicarea postului din cauza conditiilor specifice de clima, de viata sau au greutati in procurarea alimentelor de post, Bisericile Ortodoxe sa ingaduie si consumarea unor altfel de alimente, adica de dulce, dar acest lucru trebuie sa fie considerat ca "o diminuare a postului, dupa imprejurari", ca un pogoramant sau forma mai putin aspra a postului. 3. Sa se respecte postul de miercuri si vineri in tot timpul anului, dar sa se ingaduie uleiul si pestele, cu exceptia zilelor de miercuri si vineri din perioada Postului Mare, sau cand in aceste zile cad sarbatorile inaltarii Sfintei Cruci, a Taierii capului Sf. Ioan Botezatorul si ajunul Bobotezei. 4. Sa se permita mancarea de dulce in toate miercurile si vinerile din perioada de la Duminica Tomei pana la Inaltare. 5. Durata Postului Mare trebuie sa ramana asa cum este, adica de 6 saptamani, plus Saptamana Patimilor, dupa prescriptiile Pascaliei si Tipicului. Prescriptiile actuale in ceea ce priveste cantitatea si felul alimentelor sa se mentina pentru prima saptamana si in Saptamana Patimilor. In celelalte zile, incepand cu a doua saptmana si pana la Duminica Floriilor inclusiv, afara de miercuri si vineri, sa se permita uleiul si pestele. 6. In ceea ce priveste Postul Craciunului, se fac doua propuneri: a) Sa se reduca durata lui la jumatate (20 de zile), urmand sa inceapa din 5 decembrie, si sa se permita consumarea uleiului si pestelui in timpul acestei perioade, cu exceptia ultimelor cinci zile; sau b) Sa se mentina postul la 40 de zile, ingaduindu-se uleiul si pestele in tot acest timp, in afara de primele trei si ultimele trei zile, cand trebuie sa se tina post aspru. 7. Sa se reduca Postul Sfintilor Apostoli la 8 zile, in cazul in care intre Duminica

tuturor sfintilor si sarbatoarea sfintilor Apostoli exista un interval mai mare de opt zile, ingaduinduse in acest post uleiul si pestele. 8. Postul Maicii Domnului dintre 1 si 15 august sa ramana asa cum este in ce priveste durata, dar sa se permita uleiul si pestele, cu exceptia zilelor de miercuri si vineri. 9. Daca sarbatorile Sfintilor Apostoli Petru si Pavel sau a Adormirii Maicii Domnului cad in zilele de miercuri si vineri, sa se suprime postul, intrucat ele au fost precedate de post. Pozitia bisericii ortodoxe romane cu privire la posturile bisericesti Biserica Ortodoxa Romana de la inceputurile ei a fost si a ramas credincioasa invataturii Bisericii Rasaritene, pastrand nestirbite randuielile si practica bisericeasca a postului, asa cum au fost stabilite de Sfintele Sinoade si de Sfintii Parinti. Avand legaturi neintrerupte cu Patriarhia Ecumenica a Constantinopolului, cu Patriarhiile rasaritene istorice, iar mai tarziu cu Bisericile Ortodoxe nationale, ea nu a nesocotit niciodata dispozitiile privitoare la disciplina si practica postului, recunoscute in intreaga Ortodoxie, cerand credinciosilor ei practicarea postului potrivit randuielilor canonice. Aceasta disciplina isi are temelia in oranduirile bisericesti din epoca patristica, fiind cuprinsa in canoane, in poruncile bisericesti, in Marturisirile de Credinta ale ei si in alte oranduiri, ca si in numeroase catehisme si marturisiri de credinta mai noi. Precum rezulta din Marturisirea Ortodoxa a lui Petru Movila, din invatatura de Credinta Crestina Ortodoxa, din numeroase catehisme mai noi, din manuale de liturgica, pastorala, teologie morala, din numeroase studii si articole ale teologilor romani privitoare la post, din numeroase pastorale ale ierarhilor Bisericii noastre, din diferite indrumari si predici privitoare la post, scrise de cei mai competenti teologi si duhovnici, pozitia Bisericii Ortodoxe Romane cu privire la post se poate rezuma in urmatoarele: 1. Postul este de origine si instituire divina, fiind practicat atat in Vechiul Testament, cait si in Noul Testament, insusi Mantuitorul Hristos, practicandu-l si

recomandandu-l urmasilor Sai. 2. Postul are un inalt sens religios. El este un act de cinstire a lui Dumnezeu, o jertfa benevola din partea crestinului, o renuntare de bunavoie la ceea ce nu ne-a fost oprit, din dragoste si pentru cinstirea lui Dumnezeu, in scopul propriei noastre desavarsiri morale. El este un exercitiu de infranare a poftelor si a patimilor, un mijloc de intarire a vointei si de practicare a virtutii, o forma a pocaintei si un mijloc de descatusare de tot ceea ce este potrivnic mantuirii noastre. 3. Atat in invatatura Mantuitorului, a Sfintilor Apostoli, a Sfintilor Parinti cat si din scrierile unor renumiti teologi, rezulta ca postul are doua aspecte: unul trupesc si altul sufletesc, spiritual, ceea ce corespunde postului extern si postului intern, care insa constituie o unitate. Postul trupesc sau extern, fara post sufletesc, este lipsit de deplina valoare morala, caci noi ne infranam de la hrana in scopul infranarii poftelor si patimilor, in scopul imbunatatirii si desavarsirii noastre duhovnicesti. Noi postim de bucate, ca sa postim de pacate, dupa afirmatia unor Sfinti Parinti. Retinerea de la bucate nu se face pentru valoarea acestui exercitiu in sine, ci pentru efectul pe care il are asupra vietii sufletesti a postitorului: infranarea si disparitia poftelor pacatoase, stapanirea vointei asupra patimilor si placerilor pacatoase, dobandirea libertatii fata de pornirile si poftele pacatoase, inaltarea si daruirea gandurilor noastre lui Dumnezeu prin rugaciune si meditatie etc. De aici rezulta ca infranarea nu se refera numai la mancarea de la care ne retinem, ci la efectul acestei retineri asupra trupului si sufletului: infranarea si stapanirea poftelor, dorintelor, ispitelor si patimilor. Din acest motiv, Biserica ne indeamna sa postim postul cel adevarat, bineplacut lui Dumnezeu, care este: instrainarea de rautati, infranarea limbii, lepadarea maniei, departarea de pofte, de clevetire, de minciuna si de juramant fals. "Lipsa acestora e postul cel adevarat si bineprimit". 4. Biserica Ortodoxa Romana a cerut totdeauna credinciosilor

ei respectarea disciplinei postului in conformitate cu randuielile canonice, dar ea n-a aplicat nicicind aceasta disciplina fara dragoste si fara intelegere fata de fiii ei duhovnicesti, fata de posibilitatile si nevoile acestora. Din acest motiv, ea a dat dezlegare de post nu numai in cazuri particulare, ci si atunci cand s-au ivit nevoi generale, determinate de diferite calamitati naturale: inundatii, cutremure, epidemii, foamete, seceta, foc, razboaie etc, in astfel de imprejurari ea acordand dezlegari generale de la post. Aceasta a facut-o tinand seama de invatatura si practica generala a Bisericii Ortodoxe, precum si de practica si exemplul unor Biserici Ortodoxe surori in cazuri asemanatoare. Astfel, cunoastem cazuri in care unii din ierarhii Bisericii Ortodoxe Romane au sesizat Sfantul Sinod, solicitand acordarea unor dispense de la disciplina postului, cu caracter mai larg. Este cunoscut cazul episcopului Partenie al Dunarii de Jos, care, la 4 mai 1899, tinand seama de starea economica, sociala si culturala a credinciosilor din acea vreme, de cresterea mortalitatii la copii si la varstnici, de prezenta unor boli epidemice care faceau ravagii si impotriva carora nu se putea lupta decat printr-o hrana mai buna si mai imbelsugata, a inaintat o cerere Sfantului Sinod, solicitand pentru credinciosi o dispensa mai generala de la post. Astfel, el ruga forul suprem de conducere a Bisericii noastre sa aprobe, pe de o parte, "imputinarea zilelor de post", iar pe de alta parte, "dezlegarea pentru o hrana mai buna si mai indestulatoare pentru cei bolnavi si slabi, pentru lehuze si copii, pentru batrani si neputinciosi, pentru scoli si cantine, internate si ospicii, pentru armata si taranimea rurala, pentru cei ce vin cu regularitate la serviciul divin sau zidesc si contribuie la zidiri si intemeieri de biserici, scoli si asezaminte de binefacere, precum si celor ce ajuta pe fete la maritat, pe tineri la invatatura, arte si meserii si pe toti cei ce fac mila si judecata dreapta cu vaduva si cu orfanul, cu saracul si cu miselul". Dar nu numai in trecut, ci si in

vremea noastra, Biserica Ortodoxa Romana tinand seama de noile realitati aparute in viata credinciosilor ei, precum si de nevoile fiilor ei duhovnicesti, la propunerea Patriarhului Justinian, in sedinta Sfantului Sinod din 27 februarie 1956 a hotarat urmatoarele: 1. Copiii pana la 7 ani sa fie dezlegati de pravila postului, putand manca in tot timpul anului orice fel de alimente. 2. Pentru copiii de la 7 la 12 ani si pentru credinciosii de orice varsta care sunt cuprinsi de slabiciuni si suferinte trupesti, pravila postului sa fie obligatorie numai in urmatoarele zile: a. Toate miercurile si vinerile de peste an, afara de acelea cand este dezlegare de peste. b. Prima si ultima saptamana din Sfantul Post al Pastelui si tot asa din Postul Nasterii Domnului. c. De la 24 la 29 iunie (adica 5 zile din postul Sfintilor Apostoli Petru si Pavel). d. De la 1 la 15 august (adica cele doua saptamani ale Postului Adormirii Maicii Domnului). e. Ajunul Craciunului, ajunul Bobotezei, Taierea Capului Sfaintului Ioan (29 august) si Ziua Iinaltarii Sfintei Cruci (14 septembrie). 3. Pentru celelalte zile si saptamaini din timpul marilor posturi bisericesti, copiii intre 7 si 12 ani si credinciosii de orice vairsta care suint suferinzi, sa fie dezlegati a mainca: peste, icre, oua, lapte si branza.Iata deci o serioasa usurare si adaptare a postului la conditiile vremurilor noastre, facuta de Biserica noastra pentru credinciosii ei inainte de a se pune in discutie aceasta problema de catre toate Bisericile Ortodoxe. 5. In conditiile vietii de astazi, cand au aparut noi situatii in viata oamenilor, acestea n-au ramas fara urmari in viata Bisericii Ortodoxe Romane si a credinciosilor ei. Biserica Ortodoxa Romana in calitate de Biserica slujitoare lumii si fiilor ei duhovnicesti, este convinsa ca are datoria sa tina seama de aceste situatii din viata credinciosilor sai. De aceea, ea este de acord cu ideea de a se tine seama in aplicarea disciplinei postului la conditiile vremurilor noastre, printr-o hotarare a viitorului Sfant si Mare Sinod Ontodox. In acest fel, ea este convinsa ca va putea aduce un real serviciu fiilor ei

duhovnicesti, precum si crestinilor ortodocsi din lumea intreaga, care, prin usurarea acestei discipline, potrivit unor situatii ale vremurilor noastre o vor putea respecta. Cateva premise pentru reacomodarea randuielilor bisericesti privitoare la post Recunoscand nevoia reacomodarii randuielilor bisericesti privitoare la post la conditiile vremurilor noastre, Biserica Ortodoxa Romana ramane insa credincioasa invataturii dogmatice, morale si disciplinare a Bisericii Rasaritului in ceea ce priveste postul, precum si traditia acestuia in viata Bisericii. Ea recunoaste inaltul sens si importanta valoare religiosmorala a postului, care are origine si instituire divina. Postul ramane o fapta bineplacuta lui Dumnezeu, un mijloc de despatimire, un act de daruire Lui, o jertfa consimtita pentru cinstirea si preamarirea lui Dumnezeu, un mijloc de dominare a poftelor, o renuntare de buna voie la unele placeri si desfatari trupesti pe un anumit timp, toate acestea facandu-se in scopul desavarsirii morale a crestinului. Postul inseamna un exercitiu de infranare a poftelor si patimilor din om, un mijloc de dobandire a stapanirii de sine prin intarirea vointei si practicarea virtutii, un mijloc de pocainta, de desprindere si purificare a omului de tot ceea ce i se opune si il indeparteaza de dobandirea propriei sale mantuiri. Dar in conformitate cu invatatura Mantuitorului, cu parerea unanima a Sfintilor Parinti, ca si a unor renumiti teologi apartinatori tuturor Bisericilor Ortodoxe, postul trupesc fara postul sufletesc nu-si implineste deplin scopul lui. Asadar, nu trebuie nesocotit nici postul sufletesc, spiritual. Post nu e deci numai retinerea de la mancare si bautura ci aceasta sa fie imbinata cu schimbarea felului de viata: retinere de la pofte, placeri, desfatari si patimi, care sa asigure crestinului atmosfera spirituala necesara progresului sau duhovnicesc. Biserica noastra considera ca adevaratul post este postul total, postul integral, care este post trupesc si post sufletesc in acelasi timp. De aceea, nici atitudinea de

desconsiderare ori chiar de dispret fata de postul trupesc, manifestata de unii pentru a se sustrage de la obligativitatea postului, ori pentru a scoate in evidenta primatul spiritual al postului, nu poate fi aprobata. Acest fapt il sublinia un teolog roman, afirmand ca pentru crestinul umil care ar vrea sa implineasca porunca postului, "nesocotirea sau dispretul fata de postul trupesc constituie un fel de sminteala, caci postul trupesc este el insusi un act cu caracter spiritual: o incordare a vointei, o rezistare in fata poftei, o realizare a domniei spiritului". Pe de alta parte nu trebuie sa se uite ca in conceptia ortodoxa, trupul si sufletul se afla intr-o unitate fiintiala ceea ce inseamna ca unul exercita asupra celuilalt influente reciproce. Dar, desigur, pentru a trezi si ridica astazi interesul crestinilor fata de postul total sau integral, este nevoie sa sporim in ei dorinta de desavarsire in viata morala, deci de imbunatatire duhovniceasca. Referindu-se acum in mod concret la potrivirea randuielilor bisericesti privitoare la post cu unele situatii ale timpului nostru mentionam ca Biserica Ortodoxa Romana a inregistrat cu satisfactie propunerile facute in aceasta privinta de catre Comisia interortodoxa pregatitoare, in cadrul lucrarilor ei din 16-28 iulie 1971, propuneri care, desigur inseamna o usurare a respectarii disciplinei postului de catre credinciosi, dovedind o serioasa incercare de potrivire a acestei discipline la conditiile vremurilor noastre. Dar aceste propuneri nu trebuie privite nici ca definitive, nici pe deplin satisfacatoare, ele putand, desigur, sa fie imbunatatite fie inainte de prezentarea lor in discutia Sfantului si Marelui Sinod, fie in decursul dezbaterilor din cadrul acestuia. Esential este ca "diminuarea" sau "pogoramantul" de la disciplina traditionala a postului sa poata ajuta efectiv pe credinciosii Bisericii Ortodoxe Romane la respectarea disciplinei postului astfel reacomodata, pentru ca practica postului in viitor sa fie reintrodusa in viata crestinilor ortodocsi intr-o masura cat mai larga si cat mai generala.

Dar pentru rezolvarea acestei probleme, Sfantul si Marele Sinod va trebui sa tina seama si de conditiile geografice diferite sau specifice unor zone, in care traiesc unii dintre credinciosii Bisericii Ortodoxe, luand in considerare ca disciplina postului a fost randuita indeosebi de monahi (de la manastiri trecand la credinciosii de rand), tinandu-se seama de climatul mediteranean, suficient de calduros si bogat in hrana vegetala. De aceea astazi, cand Biserica Ortodoxa are credinciosi care traiesc in zone climatice aspre, unde nu e posibila cultivarea legumelor si fructelor si unde frigul si zapada sunt prezente aproape in tot timpul anului, acestia fiind nevoiti sa consume aproape numai carne si grasime spre a rezista gerului, nu poate fi vorba de o disciplina unica a postului, valabila pentru toti crestinii de pretutindeni. De aceea, in reacomodarea randuielilor privitoare la post, va trebui sa se tina seama si de aceste realitati. Pe de alta parte, va trebui sa se acorde mai multa imputernicire autoritate si libertate duhovnicilor, in aplicarea individuala sau colectiva a disciplinei postului, fie la dezlegarile pe care le vor putea acorda, fie in privinta canoanelor sau epitimiilor date pentru nerespectarea acestei discipline. Caci pe langa toate "diminuarile" sau "pogoramintele" pe care Sfantul si Marele Sinod le va face, duhovnicul va trebui imputernicit cu dreptul de a spori aceste pogoraminte atat cu privire la durata postului, cat si cu privire la alimentele permise a fi consumate, tinand seama de nivelul religios-moral al credinciosilor, de conditiile de viata in care traiesc, de felul si greutatea muncii pe care o presteaza (stiut fiind ca antidotul principal impotriva toxicitatii este laptele), cat si de mediul social in care isi desfasoara munca, mare parte dintre muncitori fiind nevoiti sa manance la cantine, bufete, restaurante etc, unde, se stie, nu se pregatesc mancaruri de post. Pastrand dispozitiile traditionale care reglementeaza posturile ca obligatorii pentru monahi, precum si pentru clericii si

credinciosii care sunt in masura si voiesc sa le respecte, dar acordand "pogoraminte" de la aceasta disciplina si extinzand sfera celor ce beneficiaza de ele, de asemenea, adaptand dispozitiile generale privitoare la post la conditiile geografice si de clima, ca si la conditiile sociale si de munca si dand o mai mare imputernicire duhovnicilor in interpretarea canoanelor si largirea pogoramintelor acolo unde este vorba de cazuri, conditii si imprejurari speciale, Sfantul si Marele Sinod al Bisericii Ortodoxe va putea rezolva in mod satisfacator problema potrivirii randuielilor bisericesti privitoare la post la unele situatii ale vremurilor noastre, tinand seama si de greutatile unor credinciosi de a observa si pastra poate vechile randuieli, dar aducand si liniste in constiinta credinciosilor mai ravnitori. Prin aceasta se va putea ajunge la o mai mare pretuire si la o mai larga practicare a postului din partea credinciosilor ceea ce va contribui la progresul vietii lor religios-morale si la o sporire a autoritatii bisericesti in ochii lor.

Prof. dr. Ioan Zagrean, pr. dr. Nicolae Necula.

Sursa:http://www.crestinortodox.ro/paste/postul-pastelui/postul-rolul-in-viata-credinciosilor-71107.html